



**Universidad Nacional Mayor de San Marcos**

**Universidad del Perú. Decana de América**

Facultad de Medicina

Unidad de Posgrado

Programa de Segunda Especialización en Enfermería

**Conocimientos de los pacientes sobre medidas de autocuidado para la prevención de enfermedades isquémicas del corazón. Consultorios externos de cardiología del Hospital Municipal Los olivos, 2012**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Para optar el Título de Especialista en Enfermería Cardiológica

**AUTOR**

Rossmery VEGA CHÁVEZ

**ASESOR**

Juana Elena DURAND BARRETO

Lima, Perú

2012

## RESUMEN

**Autor:** Rossmery Vega Chávez  
**Asesora:** Lic. Juana Durand Barreto

Los conocimientos sobre las medidas de autocuidado son informaciones importantes para con ello adquirir estilos de vida saludable que disminuyan los índices de morbi mortalidad por enfermedades isquémicas del corazón. El objetivo del estudio fue determinar los conocimientos de los pacientes sobre medidas de autocuidado para la prevención de enfermedades isquémicas del corazón. Material y Método. El estudio fue de nivel aplicativo, tipo cuantitativo, método descriptivo de corte transversal. La población estuvo conformada por 81 pacientes que acuden a los Consultorios Externos de Cardiología. La técnica fue la entrevista, y el instrumento el cuestionario. Resultados. Del 100% (81), 60% (49) conocen las medidas de autocuidado para la prevención de enfermedades isquémicas del corazón y 40% (32) no conocen. En cuanto a los conocimientos sobre alimentación saludable 51% (41) conocen y 49% (40) no conocen. Referente a los conocimientos sobre hábitos nocivos, 47% (38) conoce y 53% (43) no conocen. Acerca de la actividad física, 63% (51) conoce y 37% (30) no conoce. En cuanto al control del estrés la gran mayoría 96% (78) conoce sobre estas medidas. Conclusiones. El mayor porcentaje de los pacientes de los Consultorios Externos de Cardiología, conoce sobre las medidas de autocuidado para la prevención de enfermedades isquémicas del corazón, referentes a la alimentación, hábitos nocivos, actividad física y control del estrés. Sin embargo hay un mínimo porcentaje significativo que no conoce la frecuencia del consumo de pescados oscuros a la semana, la cantidad de azúcar diaria recomendada, la cantidad de alcohol permitido por día y el tiempo de actividad física diaria. Siendo un reto para el personal de salud fortalecer estos conocimientos y que se conviertan en acciones de autocuidado para conservar la salud y mejorar la calidad de vida.

**Palabras claves:** Enfermedades isquémicas del corazón, Conocimientos sobre Medidas de Autocuidado, Enfermería Cardiológica.

## SUMMARY

**Author:** Rossmery Vega Chávez  
**Adviser:** Juana Durand Barreto

The knowledge about self-care measures are important information to thereby have healthy lifestyles to decrease morbidity and mortality from ischemic heart disease. The objective of this study was to determine the knowledge of patients about self-care measures for the prevention of ischemic heart disease. Materials and Methods. The study was application-level, type quantitative, descriptive method, cross-sectional. The population consisted of 81 patients attending the Cardiology Outpatient. The interview technique was and the instrument the questionnaire. Results. Of 100% (81), 60% (49) known self-care measures for the prevention of ischemic heart disease and 40% (32) not known. As soon as to knowledge about healthy eating 51% (41) know and 49% (40) do not know. Regarding knowledge about harmful habits, 47% (38) know and 53% (43) do not know. About physical activity, 63% (51) known and 37% (30) does not know. As for the stress control the great majority 96% (78) known about these measures. Conclusions. The highest percentage of patients in the Outpatient Cardiology known about self-care measures for the prevention of ischemic heart disease related to feeding, harmful habits, physical activity and stress management. However there a minimum significant percentage that not knows the frequency of consumption of dark fish per week, the recommended daily amount of sugar, alcohol to the amount per day and time physical activity daily. Be a challenge for health personnel to strengthen these knowledge and to become self-care actions to improve healthy and have quality of life.

**Keywords:** Ischemic heart disease, knowledge about self-care measures, Cardiology nursing.